



	普通食	材料	除去食	おやつ	材料	除去食
1(月)	ご飯/みそ汁	精白米/さつまいも、油揚げ、味噌、牛乳、だし	精白米/わかめ、米みそ、こんぶ	ジャムサンド	食パン、いちごジャム	精白米、ゆかり
	野菜チャンプルー	豚肉、人参、玉ねぎ、豆腐、もやし、ピーマン、しめじ、かつお節、しょうゆ、みりん、酒、三温糖、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、もやし、ピーマン、しめじ、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、なたね油			
	胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩昆布	胡瓜、ゆかり			
2(火)	ご飯/赤だし	精白米/豆腐、椎茸、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、米みそ、こんぶ	果物	すいか	すいか
	鶏肉と冬瓜の煮物	鶏ミンチ、冬瓜、人参、玉ねぎ、いんげん、酒、生姜、三温糖、しょうゆ、片栗粉、なたね油	鶏ミンチ、冬瓜、人参、玉ねぎ、いんげん、酒、生姜、三温糖、米しょうゆ、みりん、片栗粉、なたね油			
	わかめの酢の物	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、しょうゆ	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、米しょうゆ			
3(水)	ご飯/けんちん汁	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、豆腐、しょうゆ、だし	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、米しょうゆ、こんぶ	黄桃ヨーグルト	ヨーグルト、黄桃缶	黄桃缶、きざしら星のおせんべい
	さわらの西京焼き	さわら、白みそ、みりん、酒	鯛、米みそ、みりん、酒			
	糸こんにゃく	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、胡麻、しょうゆ、みりん、だし、なたね油	糸こんにゃく、人参、絹さや、米しょうゆ、みりん、こんぶ、なたね油			
4(木)	夏野菜カレー	精白米、合挽きミンチ、人参、玉ねぎ、南瓜、おくら、茄子、トマト、カレールウ、牛乳、コンソメ、なたね油	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、南瓜、おくら、茄子、トマト、除去ルウ、なたね油	お菓子/飲むヨーグルト	ビスケット/飲むヨーグルト	おこし社長/ジュース
	コンソメスープ	豆腐、しめじ、コンソメ	しめじ、除去コンソメ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
5(金)	(七夕ランチ)七夕そうめん	そうめん、おくら、人参、ツナ、コーン、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	米麺、おくら、人参、ハム、コーン、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ	七夕ゼリー	オレンジジュース、ブルーハワイシロップ、寒天、上白糖	オレンジジュース、ブルーハワイシロップ、寒天、上白糖
	鶏肉のマーメイド焼き	鶏肉、しょうゆ、三温糖、塩、マーメイド、片栗粉	豚肉、米しょうゆ、三温糖、塩、マーメイド、片栗粉			
	コーンスナック	コーンスナック	コーンスナック			
6(土)	ご飯	精白米	精白米	パン	パン、マーガリン	ポテコ
	ポークビーンズ	豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、水煮大豆、キャベツ、プロッコリー、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、三温糖、なたね油	豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、プロッコリー、トマト缶、ケチャップ、除去コンソメ、三温糖、なたね油			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
8(月)	ご飯/スープ	精白米/わかめ、キャベツ、鶏がらスープ、しょうゆ	精白米/わかめ、キャベツ、米しょうゆ、こんぶ	さつまいものジェラート風	さつまいも、りんご、上白糖、牛乳、バター、アイスコーン	さつまいも、りんご、上白糖
	牛肉と野菜のチャブチェ	牛肉、春雨、人参、玉ねぎ、もやし、椎茸、ピーマン、しょうゆ、中華だし、ごま、ごま油	豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、もやし、椎茸、ピーマン、米しょうゆ、みりん、なたね油			
	トマト	トマト	トマト			
9(火)	冷やし中華	中華麺、人参、胡瓜、ツナ、トマト、マヨドレ、米酢、しょうゆ、三温糖、ごま油、みりん、鶏がらスープ	米麺、人参、胡瓜、トマト、ハム、米酢、米しょうゆ、三温糖、みりん	わかめおにぎり/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/ラムネ
	冬瓜のスープ	冬瓜、三つ葉、鶏がら、しょうゆ	冬瓜、三つ葉、米しょうゆ、こんぶ			
	さかなっこ	さかなっこ(完了食はチーズ)	ゼリー			
10(水)	ご飯/すまし汁	精白米/鮭、椎茸、しょうゆ、だし	精白米/椎茸、大根、米みそ、こんぶ	とうもろこし	とうもろこし	とうもろこし
	鮭の塩焼き	鮭、塩	鯛、塩			
	ひじきの煮物	ひじき、水煮大豆、人参、油揚げ、こんにゃく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにゃく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
11(木)	納豆ひき肉丼	精白米、合挽きミンチ、納豆、玉ねぎ、ねぎ、大葉、ごま油、しょうゆ、酒、みりん、なたね油	精白米、豚ミンチ、玉ねぎ、ねぎ、大葉、米しょうゆ、酒、みりん、なたね油	果物	りんご	りんご
	ビーフンスープ	ビーフン、人参、青梗菜、鶏がらスープ、しょうゆ	ビーフン、人参、青梗菜、米しょうゆ、こんぶ			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
12(金)	パン	パン	精白米	マカロニきな粉	マカロニ、きな粉、上白糖	コーンスナック/ジュース
	★ラタトゥイユ	鶏肉、人参、玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、パプリカ、トマト缶、にんにく、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、塩、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、パプリカ、トマト缶、にんにく、ケチャップ、除去コンソメ、塩、なたね油			
	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、塩			
13(土)	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	ビーフシチュー	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、プロッコリー、ビーフシチュールウ、牛乳、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、プロッコリー、除去コンソメ、なたね油			
	チーズ	チーズ	ゼリー			
16(火)	ご飯/赤だし	精白米/豆腐、椎茸、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、米みそ、こんぶ	フルーチェ	フルーチェ、牛乳	フルーチェ、牛乳
	鶏肉と冬瓜の煮物	鶏ミンチ、冬瓜、人参、玉ねぎ、いんげん、酒、生姜、三温糖、しょうゆ、片栗粉、なたね油	鶏ミンチ、冬瓜、人参、玉ねぎ、いんげん、酒、生姜、三温糖、米しょうゆ、みりん、片栗粉、なたね油			
	わかめの酢の物	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、しょうゆ	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、米しょうゆ			
17(水)	ご飯/けんちん汁	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、豆腐、しょうゆ、だし	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、米しょうゆ、こんぶ	ゼリー入りフルーツポンチ	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース
	さわらの西京焼き	さわら、白みそ、みりん、酒	鯛、米みそ、みりん、酒			
	糸こんにゃく	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、胡麻、しょうゆ、みりん、だし、なたね油	糸こんにゃく、人参、絹さや、米しょうゆ、みりん、こんぶ、なたね油			
18(木)	夏野菜カレー	精白米、合挽きミンチ、人参、玉ねぎ、ねぎ、大葉、ごま油、しょうゆ、酒、みりん、なたね油	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、南瓜、おくら、茄子、トマト、除去ルウ、なたね油	ウインナーケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、ウインナー、上白糖/飲むヨーグルト	米粉、ウインナー/ジュース
	コンソメスープ	豆腐、しめじ、コンソメ	しめじ、除去コンソメ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
19(金)	ふりかけご飯/みそ汁	精白米、ふりかけ/わかめ、鮭、味噌、牛乳、だし	精白米、ゆかり/わかめ、大根、こんぶ、米みそ	果物	すいか	すいか
	豚肉と小松菜のごまだれ炒め	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、コーン、キャベツ、三温糖、みりん、酒、しょうゆ、ごま、なたね油	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、コーン、キャベツ、三温糖、みりん、酒、米しょうゆ、なたね油			
	五目豆	五目豆(大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布)	金時豆(小麦・大豆不使用)			
20(土)	ご飯	精白米	精白米	パン	パン、いちごジャム	ポテコ
	ポークビーンズ	豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、水煮大豆、キャベツ、プロッコリー、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、三温糖、なたね油	豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、プロッコリー、トマト缶、ケチャップ、除去コンソメ、三温糖、なたね油			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
22(月)	ご飯/みそ汁	精白米/さつまいも、油揚げ、味噌、牛乳、だし	精白米/わかめ、米みそ、こんぶ	★ヨーグルトゼリー	牛乳、上白糖、ゼラチン、ヨーグルト、生クリーム、りんごジャム	コーンスナック
	野菜チャンプルー	豚肉、人参、玉ねぎ、豆腐、もやし、ピーマン、しめじ、かつお節、しょうゆ、みりん、酒、三温糖、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、もやし、ピーマン、しめじ、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、なたね油			
	胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩昆布	胡瓜、ゆかり			
23(火)	ご飯/すまし汁	精白米/鮭、椎茸、しょうゆ、だし	精白米/椎茸、大根、米みそ、こんぶ	とうもろこし	とうもろこし	とうもろこし
	鮭の塩焼き	鮭、塩	鯛、塩			
	ひじきの煮物	ひじき、水煮大豆、人参、油揚げ、こんにゃく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにゃく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
24(水)	(4歳児リクエストメニュー) ご飯/みそ汁	精白米/豆腐、わかめ、味噌、牛乳、だし	精白米/わかめ、米みそ、こんぶ	お菓子のラスク/飲むヨーグルト (除去食はお菓子)	鮭、上白糖、バター/飲むヨーグルト	きざしら星のせんべい
	鶏肉のごまみそ焼き	鶏肉、味噌、しょうゆ、酒、三温糖、ごま、片栗粉、なたね油	豚肉、米みそ、米しょうゆ、酒、三温糖、片栗粉、なたね油			
	ツナと切干大根の炒め煮	切干大根、ツナ、人参、胡麻、しょうゆ、三温糖、だし、なたね油	切干大根、人参、米しょうゆ、三温糖、こんぶ、なたね油			
25(木)	納豆ひき肉丼	精白米、合挽きミンチ、納豆、玉ねぎ、ねぎ、大葉、ごま油、しょうゆ、酒、みりん、なたね油	精白米、豚ミンチ、玉ねぎ、ねぎ、大葉、米しょうゆ、酒、みりん、なたね油	パン/飲むヨーグルト	レーズンドッグ/飲むヨーグルト	米粉ロールケーキ/ジュース
	ビーフンスープ	ビーフン、人参、青梗菜、鶏がらスープ、しょうゆ	ビーフン、人参、青梗菜、米しょうゆ、こんぶ			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
26(金)	パン	パン	精白米	ゼリー	りんごジュース、寒天、上白糖	りんごジュース、寒天、上白糖
	★ラタトゥイユ	鶏肉、人参、玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、パプリカ、トマト缶、にんにく、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、塩、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、パプリカ、トマト缶、にんにく、ケチャップ、除去コンソメ、塩、なたね油			
	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、塩			
27(土)	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	ビーフシチュー	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、プロッコリー、ビーフシチュールウ、牛乳、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、プロッコリー、除去コンソメ、なたね油			
	チーズ	チーズ	ゼリー			
29(月)	ご飯/スープ	精白米/わかめ、キャベツ、鶏がらスープ、しょうゆ	精白米/わかめ、キャベツ、米しょうゆ、こんぶ	クッキー (除去食はお菓子)	小麦粉、上白糖、バター	おこし社長
	牛肉と野菜のチャブチェ	牛肉、春雨、人参、玉ねぎ、もやし、椎茸、ピーマン、しょうゆ、中華だし、ごま、ごま油	豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、もやし、椎茸、ピーマン、米しょうゆ、みりん、なたね油			
	トマト	トマト	トマト			
30(火)	(バスデーランチ) ご飯/コンソメスープ	精白米/キャベツ、えのき、コンソメ	精白米/キャベツ、えのき、除去コンソメ	フルーツサンド/飲むヨーグルト (除去食はお菓子)	食パン、みかん缶、ホイップ/飲むヨーグルト	みかん缶、コンソメ/ジュース
	野菜ハンバーグ	合挽きミンチ、人参、玉ねぎ、パン粉、牛乳、塩、ケチャップ	豚ミンチ、人参、玉ねぎ、片栗粉、塩、ケチャップ			
	マカロニサラダ/ゼリー	マカロニ、人参、グリーンピース、コーン、マヨドレ/ゼリー	じゃが芋、人参、グリーンピース、コーン、塩/ゼリー			
31(水)	冷やし中華	中華麺、人参、胡瓜、ツナ、トマト、マヨドレ、米酢、しょうゆ、三温糖、ごま油、みりん、鶏がらスープ	米麺、人参、胡瓜、トマト、ハム、米酢、米しょうゆ、三温糖、みりん	鮭おにぎり	精白米、鮭	精白米、ゆかり
	冬瓜のスープ	冬瓜、三つ葉、鶏がら、しょうゆ	冬瓜、三つ葉、米しょうゆ、こんぶ			
	さかなっこ	さかなっこ(完了食はチーズ)	ゼリー			

- \* 2、5、6、10、11、17、19、20、23、26日は除去対応おやつ。その他の日は除去対象児のみ除去おやつで対応します。
- \* 1〜5歳児の3時のおやつは、飲むヨーグルト以外の日には牛乳が付きまます。ただし、3、5、9、16、17、22、26日は牛乳が付きません。
- \* おにぎりの日のおやつには、牛乳はつきません。
- \* 完了食のご飯の時は、軟飯になります。
- \* お茶は、ほうじ茶を提供しています。
- \* ★印は、新しい献立です。